Laamargura, elpecado máscontagioso

Por Jaime Mirón

I
LA AMARGURA, EL PECADO MAS CONTAGIOSO

Hace tiempo prediqué en una iglesia donde el pastor deseaba que yo hablase con Alberto, uno de los diáconos de su congregación.

Tres años antes la esposa de Alberto había hecho abandono del hogar y se había ido con otro hombre a la ciudad capital, dejando a su marido y a sus dos hijos. Me explicó el pastor que los esposos eran buenos cristianos y que "no había motivo" para que ella abandonara a su familia. Aproximadamente seis semanas después, la mujer entró en razón y volvió a casa arrepentida. En forma inmediata, pidió perdón a Alberto, a los hijos y hasta se presentó ante la congregación para mostrar públicamente su arrepentimiento y su disposición a sujetarse a la disciplina de la iglesia.

Alberto me explicó en palabras terminantes que aunque había permitido que su esposa regresara al hogar, no la había perdonado y no la perdonaría. Peor todavía, declaró que estaba dispuesto a esperar el tiempo necesario (hasta que los hijos de 6 y 9 años crecieran y se hicieran mayores) para entonces vengarse de ella. Aunque había transcurrido poco tiempo desde el incidente con su esposa, ya se veían huellas de amargura en el rostro de Alberto.

La amargura no se ve solamente en casos tan extremos. Conozco centenares de otros ejemplos de personas que sufrieron ofensas por cosas que parecieran triviales. Menciono sólo tres: (1) Una mujer se ofendió porque el pastor no estaba de acuerdo con su definición de "alabanza", y desde aquel momento empezó a maquinar para sacarlo de la iglesia; (2) un hombre vivió amargada desde que lo pasaron por alto para un ascenso en su empleo. (3) El intercambio de cartas con una profesora de Centroamérica ilustra cuán sutil puede ser la amargura en la vida del creyente. El problema de presentación era que esta mujer se sentía *sola* y *triste* porque su hija, yerno y nietos se habían mudado a los Estados Unidos de América. En su segunda carta no utilizó la palabra "sola" sino "abandonada", y en lugar de "triste" surgió el término "enojada". En las siguientes misivas se hizo evidente que estaba sumergida en autocompasión y amargura. No sólo se sentía herida porque su hija vivía en otro país, sino además resentida porque (según ella) los otros familiares que vivían cerca no la tomaban en cuenta "después de todo lo que ella hizo por ellos".

En lo personal, empecé a estudiar el tema de la amargura poco después de un grave problema que tuvimos en la iglesia a que asistimos desde hace varios años. La dificultad radicaba en una seria diferencia de filosofía de ministerio entre los diáconos y los ancianos. Pero lo que causó la desunión no fue el problema en sí –que se habría podido resolver buscando a Dios en oración, en su Palabra y con un franco diálogo entre las partes – sino las personas ofendidas, los chismes, y la amargura resultante.

En medio de esa crisis en nuestra iglesia, tuve que viajar a otro país para enseñar sobre el tema "Cómo aconsejar empleando principios bíblicos". Era domingo por la mañana y esperaba que me pasaran a buscar para llevarme a la iglesia. Puesto que el culto comenzaba tarde contaba con un par de horas para descansar, y prendí la televisión para escuchar la transmisión del sermón del pastor de la iglesia más grande de la ciudad. No podía creer lo que oía: ese pastor estaba predicando sobre el tema que yo había enseñado el día anterior, el perdón. Como si un rayo penetrara en mi corazón, el Espíritu Santo me mostró que yo también era culpable de estar dejando crecer una raíz de amargura en mi vida por lo que ocurría en nuestra congregación. En forma inmediata me arrodillé para confesar el pecado, recibir el perdón de Dios y perdonar a los que me habían hecho daño. ¡Qué alivio trajo a mi alma! Era como si alguien sacara un peso enorme de mis hombros.

Ese problema que viví en la iglesia tiene *todos* los elementos que este libro desea tratar. Quizá por esa razón el Señor me permitió experimentarlo.

La amargura es el pecado más fácil de justificar y el más difícil de diagnosticar porque es razonable disculparlo ante los hombres y ante el mismo Dios. A la vez, es uno de los pecados más comunes, peligrosos y perjudiciales y –como veremos– el más contagioso.

Al escribir este libro, es mi esperanza y oración que la persona amargada no solamente se dé cuenta de que en verdad eso es pecado, sino que además encuentre la libertad que sólo el perdón y la maravillosa gracia de Dios le pueden ofrecer.

II
LA DEFINICION DE LA AMARGURA

En el griego del Nuevo Testamento, "amargura" proviene de una palabra que significa *punzar.* Su raíz hebrea agrega la idea de algo pesado. Finalmente, el uso en el griego clásico revela el concepto de algo fuerte. La amargura, entonces, es algo fuerte y pesado que punza hasta lo más profundo del corazón.

La amargura no tiene lugar automáticamente cuando alguien me ofende, sino que es una reacción no bíblica (es decir pecaminosa) a la ofensa o a una situación difícil y por lo general injusta. No importa si la ofensa fue intencional o no. Si el ofendido no arregla la situación con Dios, la amargura le inducirá a imaginar más ofensas de la misma persona. La amargura es una manera de responder que a la larga puede convertirse en norma de vida. Sus compañeros son la autocompasión, los sentimientos heridos, el enojo, el resentimiento, el rencor, la venganza, la envidia, la calumnia, los chismes, la paranoia, las maquinaciones vanas y el cinismo.

La amargura es resultado de sentimientos muy profundos, quizá los más profundos de la vida. La razón por la que es tan difícil de desarraigar es triple: *En primer lugar*, el ofendido considera que la ofensa es culpa de otra persona (y muchas veces es cierto) y razona: "El/ella debe venir a pedirme disculpas y arrepentirse ante Dios. Yo soy la víctima".

El cristiano se siente culpable cuando comete un pecado. Sin embargo, no nos sentimos culpables de pecado por habernos amargado cuando alguien peca contra nosotros, pues la percepción de ser víctima eclipsa cualquier sentimiento de culpa. Por lo tanto este pecado de amargura es muy fácil justificar.

En segundo lugar, casi nadie nos ayuda a quitar la amargura de nuestra vida. Por lo contrario, los amigos más íntimos afirman: "Tú tienes derecho… mira lo que te ha hecho", lo cual nos convence aun más de que estamos actuando correctamente.

Finalmente, si alguien cobra suficiente valor como para decirnos: “Amigo, estás amargado; eso es pecado contra Dios y debes arrepentirte", da la impresión de que al consejero le falta compasión (recuerde, que el ofendido piensa que es víctima). Me pasó recientemente en un diálogo con una mujer que nunca se ha podido recuperar de un gran mal cometido por su padre.[1] Ella lleva más de 30 años cultivando una amargura que hoy ha florecido en todo un huerto. Cuando compasivamente (Gálatas 6:1) le mencioné que era hora de perdonar y olvidar lo que queda atrás (Filipenses 3:13), me acusó de no tener compasión. Peor todavía, más tarde descubrí que se quejó a otras personas, diciendo que como consejero carecía de “simpatía” y compasión.

Hasta es posible perder la amistad de la persona amargada por haberle aconsejado que quite la amargura de su vida (Efesios 4:31). El siguiente ejemplo ilustra cómo la amargura puede dividir a amigos y familiares. Florencia, una joven de 21 años, pertenece a una familia que durante años ha sufrido una contienda familiar. Ella es la única que no desea culpar a los demás ni demostrar que tiene razón sino que anhela ver reconciliación. La pelea comenzó poco después del nacimiento de Florencia, sobre lo que al principio fue algo insignificante. Veinte años más tarde, alimentada por imaginaciones vanas, rencor y paranoia, existe una gran brecha entre dos grupos de la familia. A pesar de que casi todos son cristianos, la lucha es más fuerte que nunca. Florencia, tomando en serio lo que dice la palabra de Dios sobre la amargura, con toda el alma quiere que la familia se reconcilie. Se siente impotente, sin embargo, porque está bajo la amenaza de no poder volver a casa de sus padres si pisa la propiedad de su hermana y su cuñado.

Finalmente, el lector notará una característica interesante en casi todos los ejemplos de este libro: por regla general nos amargamos con las personas más cercanas a nosotros.

III
LAS CONSECUENCIAS DE LA AMARGURA

Para motivar a una persona a cumplir con el mandamiento bíblico “despréndanse de toda amargura…” (Efesios 4:31 NVI), veamos las múltiples consecuencias (todas negativas) de este pecado.

1) El espíritu amargo impide que la persona entienda los verdaderos propósitos de Dios en determinada situación. Job no tenía la menor idea de que, por medio de su sufrimiento, el carácter de Dios estaba siendo vindicado ante Satanás. Somos muy cortos de vista.

2) El espíritu amargo contamina a otros. En uno de los pasajes más penetrantes de la Biblia, el autor de Hebreos exhorta: “Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados” (12:15). La amargura nunca se queda sola en casa; siempre busca amigos. Por eso es el pecado más contagioso. Si no la detenemos puede llegar a contaminar a toda una congregación, o a toda una familia.

Durante la celebración de la pascua, los israelitas comían hierbas amargas. Cuando un huerto era invadido por estas hierbas amargas, no se lo podía limpiar simplemente cortando la parte superior de las plantas. Cada pedazo de raíz debía extraerse por completo, ya que de cada pequeña raíz aparecerían nuevos brotes. El hecho de que las raíces no se vean no significa que no existan. Allí bajo tierra germinan, se nutren, crecen, y los brotes salen a la superficie y no en un solo lugar sino en muchos. Algunas raíces silvestres son casi imposibles de controlar si al principio uno no las corta por lo sano. El

---

[1] La palabra “recuperar” no es la más adecuada porque da la impresión de que con el tiempo la amargura se soluciona por sí sola. Dejar pasar el tiempo jamás puede solucionar el problema del pecado. Sólo la sangre de Cristo limpia de pecado (1ª Juan 1:7).

escritor de Hebreos advierte que la amargura puede quedar bajo la superficie, alimentándose y multiplicándose, pero saldrá a la luz cuando uno menos lo espera.

Aun cuando la persona ofendida y amargada enfrente su pecado de la manera prescrita por Dios,[2] no necesariamente termina el problema de la contaminación. Los compañeros han tomado sobre sí la ofensa y posiblemente se irriten con su amigo cuando ya no esté amargado.

Hace poco un médico muy respetado y supuestamente cristiano había abandonado a su esposa y a sus tres hijos, yéndose con una de las enfermeras del centro médico donde trabajaba. Después de la sacudida inicial, entró en toda la familia la realización de que el hombre no iba a volver. Puesto que era una familia muy unida, se enojaron juntos, se entristecieron juntos, sufrieron juntos y planearon la venganza juntos, hasta que sucedió algo sorprendente: la esposa, Silvia, perdonó de corazón a su (ahora) ex esposo y buscó el consuelo del Señor. Ella todavía tiene momentos de tristeza y de soledad, pero por la gracia de Dios no está amargada. Sin embargo, los demás familiares siguen amargados y hasta molestos con Silvia porque ella no guarda rencor.[3]

3) El espíritu de amargura hace que la persona pierda perspectiva. Nótese la condición del salmista cuando estaba amargado: "… entonces era yo torpe y sin entendimiento; era como una bestia delante de ti" (Salmo 73:21, 22 BLA). La persona amargada toma decisiones filtradas por su profunda amargura. Tales decisiones no provienen de Dios y generalmente son legalistas. Cuando la amargura echa raíces y se convierte en norma de vida, la persona ve, estima, evalúa, juzga y toma decisiones según su espíritu amargo.

Nótese lo que pasó con Job. En su amargura culpó a Dios de favorecer los designios de los impios (Job 10:3). Hasta lo encontramos a aborreciéndose a sí mismo (Job 9:21; 10:1).

En el afán de buscar alivio o venganza, quien está amargado invoca los nombres de otras personas y exagera o generaliza: "…todo el mundo está de acuerdo…" o bien "nadie quiere al pastor…" Las frases "todo el mundo" y "nadie" pertenecen al léxico de la amargura.

Cuando la amargura llega a ser norma de vida para una persona, ésta por lo general se vuelve paranoica e imagina que todos están en su contra. Un pastor en Brasil me confesó que tal paranoia tomó control de su vida, y empezó a defenderse mentalmente de adversarios imaginarios.

4) El espíritu amargo se disfraza como sabiduría o discernimiento. Es notable que Santiago emplea la palabra "sabiduría" en 3:14–15[4] al hablar de algunas de las actitudes más carnales de la Biblia. La amargura bien puede atraer a muchos seguidores. ¡Quién no desea escuchar un chisme candente acerca de otra persona![5] La causa que presentó Coré pareció justa a los oyentes, tanto que 250 príncipes

---

[2] Ver sección VI.

[3] Se puede entender (no justificar) la actitud de los familiares porque ellos querían castigar al esposo de Silvia. Hay una gran diferencia entre consolar, proteger, ayudar, simpatizar y tomar sobre sí la ofensa. Proverbios 26:17 explica lo que pasa cuando se acepta como propia la ofensa de otro: "El que pasando se deja llevar de la ira en pleito ajeno es como el que toma al perro por las orejas". El perro se vuelve enemigo si uno lo toma por las orejas; haría cualquier cosa para que la persona lo suelte. Cuando tomo sobre mí la ofensa de otro me vuelvo chismoso (porque la propago), juez (porque juzgo y condeno al ofensor), y dejo entrar amargura en mi corazón.

[4] "…pero si tenéis celos amargos y contención en vuestro corazón, no os jactéis, ni mintáis contra la verdad; porque esta sabiduría no es la que desciende de lo alto, sino terrenal, animal, diabólica" —por más intelectual que parezca.

[5] Proverbios 18:8; 26:20; 26:21

renombrados de la congregación fueron engañados por sus palabras persuasivas.[6] A pesar de que la Biblia aclara que el corazón de Coré estaba lleno de celos amargos, ni los más preparados lo notaron.

5) El espíritu amargo da lugar al diablo (Efesios 4:26). Una persona que se acuesta herida, se levanta enojada; se acuesta enojada, y se levanta resentida; se acuesta resentida, y se levanta amargada. El diablo está buscando a quien devorar (1ª Pedro 5:8). Pablo nos exhorta a perdonar "…para que Satanás no gane ventaja alguna sobre nosotros; pues no ignoramos sus maquinaciones" (2 Corintios 2:11). Satanás emplea cualquier circunstancia para dividir el cuerpo de Cristo.[7]

6) El espíritu amargo puede causar problemas físicos. La amargura está ligada al resentimiento, término que porviene de dos palabras que significan "decir de nuevo". Cuando uno tiene un profundo resentimiento, no duerme bien o se despierta varias veces durante la noche, y vez tras vez en su mente repite la herida como una grabadora. Es un círculo vicioso de no dormir bien, no sentirse bien al siguiente día, no encontrar solución para el espíritu de amargura, no dormir bien, ir al médico, tomar pastillas, etc. Algunas personas terminan sufriendo una gran depresión; otros acaban con úlceras u otras enfermedades.

7) El espíritu amargo hace que algunos dejen de alcanzar la gracia de Dios (Hebreos 12:15). En el contexto de Hebreos, los lectores estaban a punto de volver al legalismo y a no valerse de la gracia de Dios para su salvación. La persona amargada sigue la misma ruta porque la amargura implica vivir con recursos propios y no con la gracia de Dios. Tan fuerte es el deseo de vengarse que no permite que Dios, por su maravillosa gracia, obre en la situación.

IV
UN EXAMEN

"El corazón conoce la amargura de su alma"

(Proverbios 14:10).

Antes de exponer el antídoto bíblico para la amargura, tomemos un examen para averiguar si ha brotado raíz de amargura en la vida. Recomiendo que, en oración, el lector medite sobre cada pregunta.

1) ¿Existe una situación en su vida que aparece frecuentemente en la mente o le despierta durante la noche?

2) ¿Está maquinando maneras de vengarse si tan sólo tuviera oportunidad de hacerlo? Varias personas me han dicho que estas maquinaciones son, precisamente, lo que les privan del sueño.

3) ¿Recuerda hasta los más ínfimos detalles de un evento que sucedió hace tiempo? La amargura tiene una memoria de elefante, y recuerda hasta los detalles más oscuros de un incidente. Tiempo atrás dos vecinas nuestras, cristianas, tuvieron una fuerte riña en plena calle. Fue sorprendente que una de las contrincantes, sin sacar apuntes pero con lujo de detalles, nombró cada vez que su vecina le había pedido prestado algo durante los últimos cinco años. Después de haber sembrado resentimiento, éste brotó en amargura cuando se presentó el ambiente apropiado.

¿Por qué recordamos ese tipo de detalles con tanta facilidad? En primer lugar, porque tal como mencionamos en la sección I siempre recordamos las heridas y las ofensas. Pero la razón principal es que repasamos y repasamos los detalles.

---

[6] Números 16; Judas 11. Nótese que Coré invocó a "toda la congregación", alegando que no solamente la mayoría sino también Dios estaba de su lado.

[7] 2ª Corintios 11:14.

Cuando yo era estudiante en la secundaria, un maestro nos enseñó cuál era, según él, la mejor manera de recordar el material del curso: repasar, repetir y repasar. ¡Si pudiéramos recordar los buenos momentos o aun los pasajes de la Biblia tanto como recordamos las ofensas!

4) ¿Se siente ofendido y, debido a que usted estima es víctima, está justificando el resentimiento? Aquí la frase clave es “pero yo tengo razón". No hay situación más difícil de solucionar que cuando la persona ofendida tiene razón.

Carlos, un brillante y joven empresario, ascendió rápidamente en la empresa y a los 36 años llegó a ser vicepresidente con miras a llegar aun más arriba. Aunque el mismo director y fundador de la organización lo había empleado, llegó a sentir que Carlos era una amenaza y buscó motivos para despedirlo. Este, un creyente en Cristo, ignoraba el complot que se gestaba en la oficina a sólo cinco metros de la suya. Finalmente, un viernes por la tarde el director comunicó a Carlos en palabras terminantes que no tenía que volver a trabajar el lunes. Cuando preguntó por qué, el director, también cristiano, presentó una serie de mentiras y medias verdades.

Carlos encontró otro empleo pero sigue amargado. Envenenó de amargura a su esposa (que, por supuesto, tomó sobre sí la ofensa y está más amargada que él) y a sus mejores amigos.

Ahora bien, Carlos tenía toda la razón. Cada vez que escucho la historia yo mismo me enojo, porque era y sigue siendo injusto.[8] Admito que es difícil quitar la amargura de la vida de quien fue ofendido, herido, pisoteado, marginado, pasado por alto, o algo similar. Es difícil porque esa persona es víctima. Sin embargo, la Santa Palabra de Dios interviene con el mandamiento “quítense de vosotros toda amargura…” (Efesios 4:31).[9]

5) ¿Hay explosiones desmedidas en cuanto a incidentes que de otra manera tendrían menor importancia? Sucede a menudo en la vida matrimonial cuando uno de los cónyuges por algún motivo está amargado. Tal amargura se entremete en todas las contiendas con el cónyuge, y es como un volcán esperando el momento de erupción. Súbitamente y sin previo aviso, comienza a salir todo tipo de veneno antes escondido bajo la superficie. El cónyuge se sorprende por la reacción violenta y se pregunta cuál es la razón.[10]

---

[8] La historia de Carlos nos recuerda la de David y Saúl. David empezó a representar una amenaza para su comandante cuando éste escuchó “…Saúl hirió a sus miles y David a sus diez miles… y desde aquel día Saúl no miró con buenos ojos a David” (1 Samuel 18:7, 9). La situación era cada vez peor: “…más Saúl estaba temeroso de David” (v. 12); “…y viendo Saúl que se portaba [David] tan prudentemente, tenía temor de él” (v. 15); “…tuvo más temor de David; y fue Saúl enemigo de David todos los días” (v. 29). La gran diferencia entre David y Carlos es que David no se amargó; incluso siguió honrando a Saúl por ser rey de Israel. La historia de David nos ofrece una verdadera riqueza de ejemplos (la mayoría positivos) para mostrar que basta la gracia de Dios, y que la amargura ni es inevitable ni es una opción para el creyente.

[9] Distingamos entre enojo y amargura. Es cierto que el enojo pertenece al léxico de la amargura y es un factor contribuyente, pero el enojo también puede jugar un papel positivo en la vida del creyente. Existe el enojo santo y el enojo pecaminoso. El enojo no necesariamente es pecado (Efesios 4:26). Aun Cristo se enojaba (Marcos 3:5). El enojo santo debe estimular al creyente a la acción. ¡Pero acción bíblica! De lo contrario, aun cuando el enojo es justificado, a la larga se convierte en resentimiento y amargura, que sí son pecados.

[10] La amargura es común entre esposos. Por tal motivo, tanto en consejos prematrimoniales y matrimoniales como también en seminarios, enseñamos el principio de "resolver hoy los problemas de hoy" (Efesios 4:26), no dejando pendiente nada que podría convertirse en resentimiento y amargura.

6) ¿Le sucede que al leer la Biblia casi inconscientemente aplica la Escritura a *otros* en vez de a sí mismo? Muchas personas amargadas hallan en la Biblia enseñanzas que aplican a otros (en forma especial al ofensor).

Una de las pruebas de que yo me libré de la amargura fue que al leer el libro de Proverbios me encontré aplicando sus enseñanzas a mi propia vida en vez de a la vida de otros involucrados en el incidente en la iglesia.

7) Por lo general ¿usa usted expresiones que incluyen "ellos" o "todo el mundo" para apoyar sus argumentos? Durante el problema que experimentamos en nuestra iglesia entró en combate uno de los amigos más íntimos de la amargura: el chisme. La persona amargada piensa que tiene razón (y probablemente sea cierto), busca a otros, comparte su experiencia, fundamenta su actitud con exageraciones y generalizaciones refiriéndose a "todo el mundo". Para poder enterrar el problema en nuestra congregación, entre otras cosas tuvimos que disciplinar a una dama que cayó en el pecado de ser chismosa.

Enfrentada con los pecados de la amargura y el chisme, se justificó diciendo que "tenía razón", y junto con su esposo se fueron de la iglesia ofendidos.[11]

8) Cuando se refiere a su iglesia local, ¿habla de "ellos" o de "nosotros"? La persona amargada empieza a distanciarse de la congregación, cuando dice "ellos" al referirse a otros miembros de la iglesia.

V
MANERAS NO BIBLICAS DE TRATAR CON LA AMARGURA

"Quítense de vosotros toda amargura…"

(Efesios 4:31).

La amargura es uno de los pecados más comunes no solamente en el mundo sino también entre el pueblo cristiano evangélico. Casi todos hemos sido ofendidos, y una u otra vez hemos llegado al punto de la amargura. Muchos no han podido superar una ofensa y han dejado crecer una raíz de amargura en su corazón. Debido a que es difícil (si no imposible) vivir amargado y en paz, el hombre maquina maneras para tratar de resolver su problema de amargura y así menguar el dolor, pero sin embargo la amargura queda intacta. Para poder extirpar *de manera bíblica* la amargura del corazón, es imperioso comprender y desenmascarar las varias formas mundanas de "solucionar" el problema, para que no quede otra alternativa que la bíblica.

1. Vengarse. La manera no bíblica más común es tomar venganza. Hace poco escuché una entrevista con un escritor de novelas policiales, quien comentó que sólo existen tres motivos para asesinar a una persona: amor, dinero, y venganza. En un país centroamericano asolado por la guerrilla, me comentaron que muchos se aprovechan de tales tiempos para vengarse y echar la culpa a los guerrilleros. Con razón Pablo exhorta: "…no os venguéis vosotros mismos, amados míos, sino dejad lugar a la ira de Dios; porque escrito está: Mía es la venganza, yo pagaré, dice el Señor" (Romanos 12:19).

---

[11] Mirando retrospectivamente y considerando que el chisme y la amargura van de la mano, debiéramos haber tratado con este pecado al principio. La Biblia dice "sin leña se apaga el fuego y donde no hay chismoso cesa la contienda" (Proverbos 26:20). Por eso Pablo instruye a Tito: "…al hombre que cause divisiones, después de una y otra amonestación, deséchalo…" (3:10).

A pesar de las circunstancias, la Biblia sostiene que jamás es voluntad de Dios que nos venguemos nosotros mismos.

Julia y Roberto son hermanos; ambos están casados y tienen 4 y 3 hijos respectivamente. Cuando vivían en la casa paterna sufrían con un padre borracho y perverso. No sólo los trató con violencia y con las palabras más degradantes, sino que también se aprovechó sexualmente de sus hijos. Pasaron los años y Roberto –ya adulto, herido, con muchos malos recuerdos y profundamente amargado– odia a su padre. ¿Quién lo puede culpar por sentirse profundamente herido? Otra vez podemos decir que “tiene razón". No es cuestión de minimizar el pecado de la otra persona ni el daño o la herida, sino es cuestión de qué hacer ahora, y magnificar la gracia de Dios.

Buscando alivio, Roberto, acudió a un psicólogo no cristiano que le ayudó a descubrir la profundidad de su odio y amargura, y sugirió como solución la venganza. Durante los últimos años Roberto ha estado llevando a cabo el dictamen. Principió con llamadas telefónicas insultando a su padre con las mismas palabras degradantes que éste había empleado. Cuando las llamadas dejaron de tener el efecto deseado, empezó a sembrar veneno en su hermana Julia y los demás familiares para que hicieran lo mismo. No es de extrañar que cada reunión familiar termine en un espectáculo como la lucha libre. Hoy día Roberto es un hombre amargado y cada día más infeliz.

Por su parte Julia –adulta y también herida, y con muchos malos recuerdos pero sin amargura– ama a su padre. Es cristiana, esposa de un pastor, y optó por perdonar a su padre e intentar ganarlo para Cristo. Dos personas de la misma familia y que experimentaron las mismas circunstancias, eligieron dos caminos distintos: uno la venganza y la otra el perdón.

Cuando intento vengarme por mi propia cuenta…

a) *Me pongo en el lugar de Dios*. De acuerdo a la Biblia la venganza pertenece a Dios.[12] Entonces, la venganza es el pecado de usurpar un derecho que sólo le pertenece a El. Querer vengarnos por nosotros mismos es asumir una actitud de orgullo, el mismo pecado que causó la caída de Lucero (Isaías 14:13, 14). Por lo tanto, al tratar de vengarnos (aunque tan sólo en nuestra mente), estamos pisando terreno peligroso.

Por otra parte, la ira de Dios siempre es ira santa. Dios no obrará hasta tanto yo deje la situación en sus manos. No puedo esperar de mi parte la solución que solamente el Dios soberano puede llevar a cabo.

b) *La venganza siempre complica la situación*. Mi propia venganza provoca más problemas, más enojo, envenena a otros y deja mi conciencia contaminada.

c) *Sobre todo, tomar venganza por nuestros medios es un pecado contra el Dios santo*. Es una gran lección ver como el apóstol Pablo dejó lugar a la ira de Dios cuando dijo: “Alejandro el calderero me ha causado muchos males; *el Señor* le pague conforme a sus hechos” (2 Timoteo 4:14).

2. Minimizar el pecado de la amargura. Minimizo un pecado cuando por algún motivo puedo justificarlo. Existen, por lo menos, tres maneras de minimizar el pecado de la amargura:

a) *Llamarlo por otro nombre*, alegando que es una debilidad, una enfermedad o desequilibrio químico, enojo santo, o sencillamente afirmando que “todo el mundo lo está haciendo". Hay quienes dicen ser muy sensibles y como resultado están resentidos pero no amargados. ¡Cuidado! Existe una relación muy íntima entre los sentimientos heridos y la amargura.[13]

---

[12] Romanos 12:19; Deuteronomio 32:35; Hebreos 10:30.

[13] Existe la misma relación entre la amargura y el enojo, y una relación similar entre el enojo y el asesinato (Mateo 5:21–22).

b) *Disculparse por las circunstancias y así justificar la amargura.* "En estas circunstancias Dios no me condenaría por guardar rencor en mi corazón." Básicamente, lo que estamos diciendo es que hay ocasiones cuando los recursos espirituales no sirven, y nos vemos obligados a pecar. Juan dice a tales personas: "Si decimos que no hemos pecado, le hacemos a El mentiroso, y su palabra no está en nosotros" (1ª Juan 1:10).

c) *Culpar al otro*. Esta es, sin duda, la manera más frecuente de eludir la responsabilidad bíblica de admitir que la amargura es pecado.[14] Cuando de amargura se trata, el ser humano generalmente culpa a la persona que le ofendió. En casos extremos algunos se resienten contra Dios. "No sé porque Dios me hizo así…" "¿Dónde estaba Dios cuando me sucedió esto?"[15]

3. Desahogarse. Ultimamente se ha popularizado la idea de que "desahogarse" sanará la herida. Ahora bien, es cierto que desahogarse tal vez ayuda a que la persona sobrellevar el peso que lleva encima (Gálatas 6:2). Sin embargo, es factible que (a) termine esparciendo la amargura y como resultado contamine a muchos; (b) le lleve a minimizar el pecado de la amargura porque la persona en quien se descarga contesta: "Tú tienes derecho"; (c) no considere la amargura como pecado contra Dios.

4. Una disculpa de parte del ofensor. Muchos piensan que el asunto termina cuando el ofensor pide disculpas a la persona ofendida. De acuerdo a la Biblia efectivamente esto forma parte de la solución porque trae reconciliación entre dos personas (Mateo 5:23–25).[16] Sin embargo, falta reconocer que la amargura es un pecado contra Dios. Sólo la sangre de Cristo, no una disculpa, limpia de pecado (1ª Juan 1:7). La solución radica tanto en la relación horizontal (con otro ser humano) como en la vertical (con Dios).

5. Perdonar a Dios. Después de presentar estos principios en una iglesia, de dos fuentes diferentes escuché que la solución para la amargura era "perdonar a Dios". Cuando una persona no está conforme con su apariencia física o con un suceso que dejó cicatrices emocionales o físicas en su vida, se le aconseja que perdone a Dios por haber permitido que sucediera.

En Rut 1:13 Noemí estaba amargada contra Dios y hasta explicó a sus dos nueras que tenía derecho a estar más amargada que ellas porque se habían muerto su esposo y sus dos hijos. Es la clase de situación donde hoy día se aconsejaría perdonar a Dios por haberlo permitido.

Estoy convencido de que hablar de "perdonar a Dios" es blasfemia. Dios es bueno (Salmo 103); Dios es amor (1ª Juan 4:8); Dios está lleno de bondad (Marcos 10:18); Dios es esperanza (Romanos 15:13); Dios es santo (Isaías 6:3); Dios es perfecto (Deuteronomio 32:4; Hebreos 6:18). Jamás habrá necesidad de perdonarlo.

Este concepto de perdonar a Dios es uno de los intentos del ser humano de crear a Dios a imagen del hombre. Demuestra una total ignorancia e incomprensión de que Dios en su amor tiene múltiples propósitos y lleva a cabo tales propósitos por medio de las experiencias que atravesamos. ¡Sí pudiéramos aprender la realidad: "Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad" (2ª Corintios 12:9)!

---

[14] Es lógico que ocurra porque la primera pareja principió esta práctica de culpar a otro. Eva echó la culpa de su pecado a la serpiente (Génesis 3:13), y Adán culpó a Dios (Génesis 3:12). Proverbios 19:3 afirma: "La insensatez del hombre tuerce su camino y luego contra Jehová se irrita su corazón."

[15] Véase punto 5 – Perdonar a Dios.

[16] No recomendamos que una persona pida "disculpas" sino que pida "perdón".

VI
LA SOLUCION DIVINA PARA LA AMARGURA

Hace tiempo una mujer de 43 años vino a consultarnos. Hacía 23 años que estaba en tratamiento médico y siquiátrico por su depresión. Era una triste historia que cada vez escuchamos con más frecuencia. El padre de esta mujer se había aprovechado de ella desde los 5 hasta los 14 años de edad. Tiempo después ella recibió al Señor como Salvador de su vida, lo cual trajo alivio al comienzo, pero meses después volvió a caer en un estado depresivo. Vino a verme como un último recurso. "Desempacamos" el problema y descubrimos varios asuntos que solucionar, entre ellos como era lógico, un profundo resentimiento hacia su padre.

¿Cuál fue la ayuda para esta pobre mujer y para los miles que cuentan con experiencias similares?

Si hasta el momento usted no ha tenido que luchar con la amargura, tarde o temprano le acontecerá algo que lo enfrentará cara a cara con la tentación de guardar rencor, de vengarse, de pasar chismes, de formar alianzas, de justificar su actitud porque tiene razón, etc. Como cristianos hemos de estar preparados espiritualmente. ¿Cómo hacerlo?

Establecer la santidad como meta en su vida. Como en todos los casos de pecado, más vale *prevenir* que tener que tratar con las consecuencias devastadoras que el pecado siempre deja como herencia. El escritor de Hebreos, dentro del contexto de la raíz de amargura, exhorta: "Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor" (12:14). La mejor manera de prevenir la amargura es seguir o buscar la paz y la santidad; asumir un compromiso con Dios para ser santo (puro) pase lo que pasare. Cuando sobrevienen situaciones que lastiman nuestros sentimientos, producen rencor y demás actitudes que forman el círculo íntimo de la amargura, debemos decir: "He hecho un pacto con Dios a fin de ser santo, como El es Santo. A pesar de que la otra persona tenga la culpa, entregaré la situación en manos de Dios, perdonaré al ofensor y buscaré la paz."

Nótese la diferencia entre la actitud de David y su ejército cuando volvieron de una batalla (1 Samuel 30). Encontraron la ciudad asolada y sus familias llevadas cautivas. En vez buscar el consuelo de Dios y por ende Su sabiduría, el pueblo se amargó y propuso apedrear a David. En contraste, la Biblia explica que "David se fortaleció en Jehová su Dios" (v. 6). En ningún momento es mi intención minimizar el daño causado por una ofensa o por el ultraje que experimentó David y su gente, sino que mi deseo es magnificar la gracia de Dios para consolar y ayudar a perdonar.

Consideremos ahora qué hacer cuando estamos amargados.

1) Ver la amargura como pecado contra Dios. En las próximas páginas explicaremos la importancia de perdonar al ofensor. Sin embargo, si yo estimara la amargura solamente como algo personal contra la persona que me engañó, me lastimó, me perjudicó con chismes o lo que fuere, sería fácil justificar mi rencor alegando que tengo razón pues el otro me hizo daño. Como ya mencionamos,es posible que no hay nada tan difícil de solucionar que la situación de la persona amargada que tiene razón para estarlo.

Cuando tengo amargura en mi corazón, con David tengo que confesar a Dios: "Contra ti, contra ti solo he pecado" (Salmo 51:4). En el momento en que percibo que (a pesar de las circunstancias) la amargura es un pecado contra Dios, debo confesarlo[17] y la sangre de Cristo me lavará de todo pecado.[18]

---

[17] 1ª Juan 1:9; Salmo 32:1–5; 51; Proverbios 28:13.
[18] 1ª Juan 1:7.

Pablo instruye: “Quítense de vosotros *toda* amargura". La Biblia no otorga a nadie el derecho de amargarse.

Volvamos al Antiguo Testamento para entender el contexto de la raíz de amargura en Deuteronomio 29:18, donde el pecado principal es la idolatría. Eso es precisamente lo que pasa en el caso de la amargura. En vez de postrarse ante el Dios de la Biblia, buscando la solución divina, uno se postra ante sus propios recursos y su propia venganza. El ídolo es el propio “yo".

2) Perdonar al ofensor. En el mismo contexto donde Pablo nos exhorta a librarnos de toda amargura, nos explica cómo hacerlo: “…perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo” (Efesios 4:31–32).[19]

En junio de 1972, por vez primera en mi vida tuve que enfrentarme con la amargura. Dos ladrones entraron en la oficina de mi padre y lo mataron a sangre fría, robando menos de 50 dólares. Ni siquiera tuve el consuelo de poder decir, “Bueno, papá está con el Señor", porque a pesar de ser una excelente persona, mi padre no tenía tiempo para Dios. ¿Cuáles eran mi opciones? ¿Hundirme en la amargura? ¿Buscar venganza? ¿Culpar a Dios? No, tenía un compromiso bíblico con Dios de buscar la santidad en todo. La respuesta inmediata era perdonar a los criminales y dejar la situación en manos de Dios y las autoridades civiles.

¿Tristeza? Sí. ¿Lágrimas? Muchas. ¿Dificultades después? En cantidad. ¿Consecuencias? Por supuesto. ¿Fue injusto? Indiscutiblemente. ¿Hubo otras personas amargadas? Toda mi familia. ¿Viví o vivo con raíz de amargura en mi corazón? Por la gracia de Dios, no.

a) El perdón trae beneficios *porque quita el resentimiento*. Uno de los muchos beneficios de no guardar rencor es poder tomar decisiones con cordura.

b) El perdón no es tolerar a la persona ni al pecado; no es fingir que la maldad no existe ni es intentar pasarla por alto. Tolerar es “consentir, aguantar, no prohibir” y lejos está de ser el perdón bíblico. Permitir es pasivo mientras perdonar es activo. Cuando la Biblia habla de perdón, en el griego original hallamos que esta palabra literalmente significa “mandarlo afuera". Activamente estoy enviando el rencor “afuera", es decir estoy poniendo toda mi ansiedad sobre Dios (1ª Pedro 5:7).

c) El perdón no es simplemente olvidar, ya que eso es prácticamente imposible. El resentimiento tiene una memoria como una grabadora, y aún mejor porque la grabadora repite lo que fue dicho, mientras que el resentimiento hace que con cada vuelta la pista se vuelva más profunda. La única manera de apagar la grabadora es perdonar.

Después de una conferencia, una dama me preguntó: “Si el incidente vuelve a mi mente una y otra vez, ¿quiere decir que no he perdonado?” Mi respuesta tomaba en cuenta tres factores:

(1) Es posible que ella tuviera razón. Recordamos que “engañoso es el corazón más que todas las cosas, y perverso…” (Jeremías 17:9). El ser humano haría cualquier cosa para mitigar la vergüenza, y es lógico que permanezcan los fuertes sentimientos negativos asociados con una ofensa. Volvamos al caso de la mujer que durante 23 años había estado en tratamiento siquiátrico a causa del abuso de su padre. Después de aclarar lo que *no* es el perdón, y luego de hablar sobre los beneficios que el perdón produciría, le expliqué que de acuerdo a Marcos 11:25[20] ella tenía que perdonar a su padre. Su respuesta inmediata fue: “Ya lo he hecho.” Pero era obvio que estaba llena de amargura y rencor. Mi siguiente pregunta fue: “¿Cuándo y cómo lo hizo?” Su contestación ilustra otra manera en que el ser

---

[19] Ver también Proverbios 17:9; 19:11; Mateo 18:21–22; Lucas 17:4; Colosenses 3:13; 1ª Pedro 4:8.

[20] “Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas.”

humano evita asumir responsabilidad ante el Señor. Me dijo: “Muchas veces he pedido al Señor Jesús que perdonara a mi padre.” Es posible que la mujer aún no entendiera lo que Dios esperaba con respecto al perdón. O tal vez fuera su manera de no cumplir con una tarea difícil. Con paciencia volví a explicarle las cosas, y finalmente ella inclinó la cabeza y empezó a orar. Pronto vi lágrimas en sus ojos, y de corazón perdonó a su padre. Al día siguiente regresó para una consulta y se la veía con esperanza, con alivio y como una nueva persona.

(2) Hay quienes desean que recordemos incidentes dolorosos del pasado. En primer lugar está Satanás, que trabaja día y noche para dividir a los hermanos en Cristo (Apocalipsis 12:10; 1ª Timoteo 5:14). En segundo lugar, la vieja naturaleza saca a relucir el pasado. Los mexicanos emplean la frase “la cruda” al referirse a los efectos de la borrachera al día siguiente.[21] En cierto modo es posible tener una “cruda espiritual” que precisa tiempo hasta no molestar más. Me refiero a ciertos hábitos, maneras de pensar que son difíciles de romper. Si uno en verdad ha perdonado, cada vez que el incidente viene a la memoria, en forma inmediata hay que recordar a Satanás y recordarse a sí mismo que la cuestión está en las manos de Dios y es un asunto terminado que sólo forma parte del recuerdo.

(3) Finalmente existe otra persona o grupo que no quiere que usted olvide el incidente: Aquellos que fueron contagiados por su amargura, aquellos a quienes usted mismo infectó y como resultado tomaron sobre sí la ofensa. Por lo general para ellos es más difícil perdonar porque recibieron la ofensa indirectamente. Por lo tanto, no se sorprenda cuando sus amigos a quienes usted contagió de amargura, se enojan con usted cuando, por la gracia de Dios, ha perdonado al ofensor y está libre de dicha amargura.

d) El perdón no absuelve al ofensor de la pena correspondiente a su pecado. El castigo está en las manos de Dios, o quizá de la ley humana. El salmista nos asegura: “El Señor hace justicia, y juicio a favor de todos los oprimidos” (Salmo 103:6 BLA).

Presenté estos principios por primera vez en una iglesia donde no solamente varios de los feligreses estaban resentidos, sino también el mismo pastor. Después del sermón el pastor dividió a su pequeña congregación en grupos de 5 ó 6 personas para dialogar sobre el tema. Me tocó estar en un grupo que incluía a una pareja y su hijo adolescente. En forma inmediata noté la total falta del gozo del Señor en aquella familia. Durante los 20 minutos que tuvimos para compartir me preguntaron cómo era posible quitar la amargura del corazón por un gran mal que alguien había cometido. El hijo mayor había entrado en el mundo de la droga a pesar de que sus padres eran cristianos. Un día no tuvo suficiente dinero para pagar por su dosis regular, y el proveedor lo mató. Desde aquel momento la amargura había estado carcomiendo a toda la familia, y alegaban que era *imposible* perdonar. Ellos creían que perdonar significaba absolver a los asesinos del crimen que habían perpetrado.

e) El perdón tampoco es un recibo que se da después que el ofensor haya pagado. Si no perdonamos hasta tanto la otra persona lo merezca, estamos guardando rencor.

f) El perdón no necesariamente tiene que ser un hecho conocido al ofensor. En muchos casos el ofensor ha muerto, pero el rencor continúa en el corazón de la persona herida. Recuerdo el caso de una señora que con lágrimas admitió que su esposo había desaparecido con otra mujer de la iglesia. Durante la conversación me confesó: “Lo he perdonado. Hay y habrá muchas lágrimas, dolor y tristeza, pero **me rehúso** terminantemente a llegar al fin de mi vida como una vieja amargada.” El hombre consiguió el divorcio y se casó legalmente con la otra mujer. Por su parte, esta señora vive con su tres muchachos y sirve a Dios de todo corazón; sus hijos aman al Señor y oran para que su padre un día regrese al camino

[21] En partes de Centroamérica se llama “la goma”.

de Dios. Tener que perdonar un gran mal mientras el ofensor no lo merezca, representa una excelente oportunidad para entender mejor cómo Cristo pudo perdonarnos a nosotros (Romanos 5:8; Efesios 4:32).

g) El perdón debe ser inmediato. Una vez me picó una araña durante la noche. Tuve una reacción alérgica que duró casi medio año. Ahora bien, si hubiera podido sacar el veneno antes de que se extendiera por el cuerpo, hubiera quedado una pequeña cicatriz pero no habría habido una reacción tan aguda. Algo semejante sucede con el perdón. Hay que perdonar inmediatamente antes de que "la picadura empiece a hincharse."

h) El perdón debe ser continuo. La Biblia indica que debemos perdonar continuamente (Mateo 18:22). Perdonar hasta que se convierta en una norma de vida. Uno de los casos más difíciles es cuando la ofensa es continua como en el caso de esposo/esposa,[22] patrón/empleado, padre/hijo, etc. Es entonces cuando el consejo del Señor a Pedro (perdonar 70 veces 7) es aun más aplicable.

i) El perdón debe marcar un punto final. Perdonar significa olvidar. No hablo de amnesia espiritual sino de sanar la herida. Es probable que la persona recuerde el asunto, que alguien le haga recordar o que Satanás venga con sus mañas trayéndolo a la memoria. Pero una vez que se ha perdonado *sí es* posible olvidar.

Perdonar es la única manera de arreglar el pasado. No podemos alterar los hechos ni cambiar lo ya ocurrido, pero podemos olvidar porque el verdadero perdón ofrece esa posibilidad. Una vez que hay perdón, olvidar significa:

1) Rehusarse a sacar a relucir el incidente ante las otras partes involucradas.
2) Rehusarse a sacar a relucirlo ante cualquier otra persona.
3) Rehusarse a sacar a relucirlo ante uno mismo.
4) Rehusarse a usar el incidente en contra de la otra persona.
5) Recordar que el olvido es un acto de la voluntad humana movida por el Espíritu Santo.
6) Sustituir con otra cosa el recuerdo del pasado, pues de lo contrario no será posible olvidar.

Pablo nos explica una manera de hacerlo: "Así que, si tu enemigo tuviere hambre, dale de comer; si tuviere sed, dale de beber; pues haciendo esto, ascuas de fuego amontonarás sobre su cabeza. No seas vencido de lo malo, sino vence con el bien el mal" (Romanos 12:20, 21). Jesús amplía el concepto: "Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen" (Mateo 5:44).

j) El perdón también significa velar por los demás. Al finalizar su libro y bajo la inspiración del Espíritu Santo, el escritor de Hebreos exhorta a todos los creyentes a que seamos guardianes de nuestros hermanos. El versículo que advierte sobre la raíz de amargura comienza con: "Mirad bien".[23] En el griego original es la palabra *episkopeo*, de donde procede el término obispo o sobreveedor. Esto implica que en el momento en que uno detecta que se ha sembrado semilla de amargura en el corazón de un hermano en Cristo, la responsabilidad es ir con espíritu de mansedumbre,[24] y hacer todo lo posible para desarraigarla antes que germine.

---

[22] En mi libro *Mi esposo no es cristiano, ¿Qué hago?* expongo ideas de cómo actuar, y qué camino seguir en una situación así.

[23] "Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados" (12:15).

[24] Gálatas 6:1.

Se requiere un compromiso profundo con Dios a fin de no caer en la trampa de la amargura. Cristo mismo nos dará los recursos para vivir libres del “pecado más contagioso”.